

Effectiveness of Religious Teachings on the Spiritual Health of University Students

Malihe Zahedian Tajanaki

MSc. in Family Counseling, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran

Masoumeh Behboudi*

Assistant Professor, Department of Counseling, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran

Extended Abstract

Introduction

Spiritual health is a broad and comprehensive concept that can be referred to as a successful and helpful strategy in different areas of life, such as highly stressful situations and illnesses. Spiritual health can include broader concepts such as hope and meaning in life. Spiritual health is a sense of connectedness, harmony between self, others, nature and transcendent being through a dynamic, coherent and attainable process that leads to the recognition of the ultimate purpose and meaning of life (Bensley, 1991; Chirico et al., 2023).

So far, considering the pivotal role of spiritual health in the personal and social lives of individuals, a range of interventions have been employed with the aim of enhancing it. For instance, Hsiao et al. (2012) employed the spiritual learning programme to enhance the level of spiritual health. Some research has indicated a correlation between religious teachings about the intizar of imam Mahdi (AS) and mental health, quality of life, and psychological well-being (Kalantari et al., 2014; Saadipour et al., 2016).

A review of the research literature reveals that religious teachings are effective in influencing various psychological dimensions. In light of the positive consequences of

* Corresponding author: mabehboudi@gmail.com



© 2024 The Author(s). This open access article is distributed under a Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license.

DOI: <https://doi.org/10.22034/rip.2024.194299>

spiritual health and the effectiveness of religious teachings, it is imperative to investigate the effectiveness of religious teachings on spiritual health. However, the research background indicates that this issue has not been investigated in any study to date. It seems that conducting such a study would not only advance theoretical knowledge but also facilitate the development of intervention approaches for counsellors and therapists working with students. Accordingly, the study aimed to investigate the effectiveness of religious teachings on students' spiritual health.

Method

The current research design employed a quasi-experimental approach, with a pretest-posttest design and a control group. The statistical population comprised students at Islamic Azad University, Roudehen Branch, during the 2022-2023 academic year. A total of 30 students were selected by the voluntary sampling method and allocated to two experimental and control groups. The data were collected using the Spiritual Well-Being Scale (SWBS).

Following the pre-test, participants in the experimental group underwent religious teachings in 15 sessions of 90 minutes each. The meetings were held twice a week. In the process of data analysis, frequency and percentage, mean and standard deviation were employed at the descriptive level. At the inferential level, multivariate covariance analysis was employed to investigate the differences between the groups. The data were analysed using the SPSS version 25 software.

Results

The participants in the experimental group exhibited a higher mean of the dimensions and total score for spiritual health in the post-test. Wilks's Lambda test demonstrated that the linear combination of dependent variables exhibited a significant difference between the groups, (Wilks's Lambda=0.64, $F=7.20$, $P<0.01$, $\eta^2=0.37$). The results of the univariate analysis indicated that there were significant differences between the groups in terms of religious and existential well-Being ($P<0.05$). The effect size of group membership in explaining the difference in religious and existential well-Being was 37% and 15%, respectively. A comparison of the adjusted means revealed that the participants in the experimental group exhibited higher levels of religious and existential well-Being.

Discussion and Conclusion

The objective of the present study was to examine the efficacy of religious teachings on the spiritual well-being of students. The findings indicated that religious teachings is efficacious in augmenting the religious and existential well-being, as well as the total spiritual health score, of the students. A review of the literature revealed no studies had investigated the effectiveness of Mahdism training on spiritual health. The results of this research are consistent with those of previous studies that have investigated the positive consequences of religious teachings and the intizar of imam Mahdi (AS). For instance, the study by Saadipour et al. (2016) demonstrated the impact of Mahdavi's introductory education on psychological well-being. In the study of Seyyed Kalan & Rezaei Sharif (2016), the efficacy of a Mahdavi-

based lifestyle on psychological and spiritual well-being was demonstrated. The studies of Ghasemi et al. (2010) and Zahedian and Behboodi (2024) demonstrated the efficacy of Mahdism in fostering positive psychological outcomes.

It appears that attaining spiritual well-being necessitates the adoption of a unified value system. One of the most beneficial concepts for society is the school of the Intizar of imam Mahdi (AS), which can facilitate excellence, evolution, and originality. The concept of Intizar is a constructive one, as it encourages the valuation of the behaviour of the follower and the honouring of the movements of the Shia community. Furthermore, it facilitates the attainment of a government of justice and an Islamic faith. Human nature is constituted by expectations and aspirations for the future. It is important to note that the concepts of attention, promise, recourse and readiness are inextricably linked with the act of Intizar. This ultimately enhances the quality of life and spiritual health. Intizar increases a person's relationship with the source of existence and God, thereby laying the foundation for the religious dimension of spiritual health. Conversely, religious teachings, which emphasise consideration for others and the relationships between those who await, provide a foundation for the promotion of the existential dimension of health. The findings of this research demonstrated the efficacy of these teachings.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: To maintain the ethical principles, an attempt was made to collect information after obtaining the consent of the participants. All participants were treated equally. It was assured about confidentiality in maintaining personal information.

Funding: This research is a personal study without financial support.

Authors' contribution: The first author were the senior author and the second was the supervisor.

Conflict of interest: The authors declare no conflicts of interest.


Acknowledgements: The authors would like to thank the students who participated in the study.

Keywords: religious teachings, spiritual health, spiritual well-being


Citation: Zahedian Tajanaki, M., & Behboudi, M. (2024). Effectiveness of Religious Teachings on the Spiritual Health of University Students. *Recent Innovations in Psychology, 1*(2), 85-95. <https://doi.org/10.22034/rip.2024.194299>

اثربخشی آموزه‌های دینی بر سلامت معنوی دانشجویان

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

ملیحه زاهدیان تجنکی 

استادیار، گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

معصومه بهبودی *

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزه‌های دینی بر سلامت معنوی دانشجویان انجام شد. طرح پژوهش شبه آزمایشی با الگوی پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن تشکیل می‌دادند. تعداد ۳۰ نفر از این دانشجویان با روش نمونه‌گیری داوطلبانه انتخاب شده و به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش و کنترل جایگزین شدند. گروه آزمایش آموزه‌های دینی را طی ۱۵ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت کردند. گروه کنترل آموزشی دریافت نکردند. گردآوری داده‌ها با پرسشنامه بهزیستی معنوی (SWBS) انجام شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با تحلیل کوواریانس چندمتغیره انجام شد. نتایج نشان داد که آموزه‌های دینی بر افزایش سلامت معنوی دانشجویان مؤثر است. اندازه اثر برای سلامت مذهبی ۰/۳۷ و برای سلامت وجودی ۰/۱۵ بود. یافته‌های این پژوهش نشان دهنده آن بود که آموزه‌های دینی می‌توانند سلامت مذهبی و وجودی دانشجویان را افزایش دهد و می‌توان به عنوان یک مداخله اثربخش از آن استفاده کرد.

کلیدواژه‌ها: آموزه‌های دینی، سلامت معنوی، بهزیستی معنوی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

استناد: زاهدیان تجنکی، ملیحه، و بهبودی، معصومه. (۱۴۰۳). اثربخشی آموزه‌های دینی بر سلامت معنوی دانشجویان.

نوآوری‌های اخیر در روان‌شناسی، ۱(۲)، ۸۵-۹۵. <https://doi.org/10.22034/rip.2024.194299>

مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده نویسنده اول در دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن است.

* نویسنده مسئول: mabehboodi@gmail.com

مقدمه

گنجانده شدن جنبه معنوی در مفهوم سلامت، بعد مهمی از زندگی فردی و گروهی را فراروی بررسی‌های علمی قرار داد (مرحمتی و یوسفی، ۱۳۹۷). سلامت معنوی^۱، مفهومی وسیع و جامع است که می‌توان از آن به عنوان راهبردی موفق و کمک‌کننده در حوزه‌های مختلف زندگی از قبیل موقعیت‌های پر از استرس و بیماری‌ها یاد کرد. سلامت معنوی می‌تواند مفاهیم گسترده‌تری مانند امید و هدفمندی در زندگی را دربر بگیرد. سلامت معنوی، حسی از ارتباط داشتن، هماهنگی بین خود، دیگران، طبیعت و وجود متعالی از طریق فرآیندی پویا، منسجم و دست‌یافتنی است که منجر به شناخت از هدف نهایی و معنای زندگی می‌شود (بنسلی، ۱۹۹۱؛ چیرچیو و همکاران، ۲۰۲۳). سلامت معنوی دارای دو بعد عمودی و افقی است. در بعد عمودی، ارتباط با ماوراء و در بعد افقی، ارتباط با دیگران و محیط مدنظر است. به نظر می‌رسد در غیاب بعد معنوی، ابعاد زیستی، روانی و اجتماعی سلامت نمی‌تواند بروز یافته یا به حداکثر ظرفیت خود برسد و در نتیجه بالاترین سطح کیفیت زندگی، قابل دستیابی نخواهد بود (کریستلر و جانسون، ۲۰۰۵). پالوتزین و الیسون (۱۹۸۲) بعد عمودی را سلامت مذهبی^۲ و بعد افقی را سلامت وجودی^۳ نامیدند. مطالعات نشان داده است که سلامت معنوی با مقابله مذهبی با اضطراب مرگ (سلیمان زاده و همکاران، ۲۰۲۰)، سلامت روانی در خلال همه‌گیری کووید-۱۹ (کوپولا و همکاران، ۲۰۲۱)، فرسودگی شغلی (چیرچیو و همکاران، ۲۰۲۳) و شادکامی در دانشجویان (عبدالکریمی و همکاران، ۲۰۲۲) در ارتباط است.

با توجه به نقش سلامت معنوی در زندگی فردی و اجتماعی افراد، تاکنون مداخلاتی جهت بهبود آن به کار گرفته شده است. به طور مثال سیائو و همکاران (۲۰۱۲) برنامه یادگیری معنوی^۴ را برای ارتقای سطح سلامت معنوی به کار بردند. جناآبادی و آذریان (۲۰۲۳) نیز اثربخشی یادگیری هیجانی اجتماعی را بر سلامت معنوی بررسی کردند. به نظر می‌رسد آموزه‌های دینی نیز بتواند بر سلامت معنوی اثرگذار باشند. یکی از آموزه‌های دینی در میان شیعیان، انتظار ظهور حضرت مهدی (عج) است. برخی از پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بین انتظار ظهور با سلامت روان، کیفیت زندگی و بهزیستی روان‌شناختی رابطه وجود دارد (کلانتری و همکاران، ۱۳۹۳؛ سعدی پور و همکاران، ۱۳۹۶).

مهدویت^۵ اعتقاد به ظهور حضرت مهدی (عج) در آخرالزمان و پرشدن جهان از عدالت است (کلانتری و همکاران، ۱۳۹۳). مهدویت و اعتقاد به منجی، تنها یک باور اسلامی نیست؛ بلکه عنوانی برای خواسته‌ها و آرزوهای همه انسان‌ها با مذاهب گوناگون است. پیروزی نهایی حق بر باطل اندیشه‌ای است که همه فرقه‌ها و مذاهب بدان معتقدند. این اندیشه بیش از هر چیز مشتمل بر عنصر خوش‌بینی نسبت به جریان کلی نظام طبیعت و سیر تکاملی تاریخ است، به آینده اطمینان دارد و عنصر بدبینی نسبت به پایان کار بشر را طرد می‌کند (میرصانع و همکاران، ۱۴۰۱). مهدویت در راستای مسأله امامت و در امتداد نبوت و خاتمیت است از این رو در مرحله‌ای حساس از تاریخ آغاز شده و تا امروز ادامه یافته است و تا قیام موعود ادامه خواهد یافت (بابایی و همکاران، ۱۳۹۴).

بررسی پیشینه پژوهشی نشان می‌دهد که آموزه‌های دینی مبتنی بر مهدویت بر ابعاد مختلف روان‌شناختی اثرگذار است. در مطالعه‌ای سعدی پور و همکاران (۱۳۹۴) نشان دادند که آموزه‌های دینی مبتنی بر مهدویت بر بهزیستی

1. spiritual health
2. religious well-Being
3. existential well-Being
4. spiritual learning program
5. Mahdism

روان‌شناختی دانش‌آموزان دبیرستانی اثربخش است ولی بر جهت‌گیری زندگی آنان اثر معناداری ندارد. سیدکلان و رضایی شریف (۱۳۹۵) در مطالعه‌ای به بررسی اثربخشی سبک زندگی مبتنی بر مهدویت در بهزیستی روان‌شناختی و معنوی دانش‌آموزان دبیرستانی پرداختند و نشان دادند که این آموزش‌ها می‌تواند باعث افزایش بهزیستی روان‌شناختی و معنوی دانش‌آموزان شود. سلیمان پورعمران و همکاران (۱۴۰۰) به بررسی تأثیر آموزش دوره سبک زندگی منتظرانه بر فرهنگ اعتقاد دانش‌آموزان متوسطه اثرگذار است. قاسمی و همکاران (۱۴۰۰) نیز در مطالعه‌ای نشان دادند که بسته روان‌شناختی انتظارمحور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت بر سبک‌های هویتی و اهمال‌کاری دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم اثرگذار است. در نهایت زاهدیان و بهبودی (۱۴۰۲) در پژوهشی نشان دادند که آموزش مهدویت بر بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان اثرگذار بوده و آن را بهبود می‌بخشد.

در مجموع و با توجه به تبعات مثبت سلامت معنوی از یک سو و اثربخشی آموزه‌های دینی مبتنی بر مهدویت از سوی دیگر، به نظر می‌رسد که بررسی اثربخشی آموزه‌های دینی بر سلامت معنوی از اهمیت برخوردار باشد. اما پیشینه پژوهشی مورد بررسی نشان داد که در هیچ مطالعه‌ای به بررسی این امر پرداخته نشده است. به نظر می‌رسد انجام چنین مطالعه‌ای علاوه بر توسعه دانش نظری، به تدارک رویکرد مداخله‌ای برای مشاوران و درمانگران مرتبط با دانشجویان کمک می‌کند. بر این اساس هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزه‌های دینی بر سلامت معنوی دانشجویان بود.

روش

طرح پژوهش حاضر از نوع شبه‌آزمایشی با الگوی پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ تشکیل می‌دادند. تعداد ۳۰ نفر از این دانشجویان با روش نمونه‌گیری داوطلبانه انتخاب شده و در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل رضایت برای حضور در جلسات آموزشی، عدم دریافت درمان‌های روان‌پزشکی و روان‌شناختی و عدم شرکت در سایر مداخلات همزمان با پژوهش حاضر بود. ملاک‌های خروج نیز شامل عدم تمایل به ادامه شرکت در جلسات و غیبت بیش از دو جلسه بود. گردآوری داده‌ها با پرسشنامه زیر صورت گرفت:

مقیاس بهزیستی معنوی (SWBS): این پرسشنامه توسط پالوتزین و الیسون (۱۹۸۲) تدوین شده و دارای ۲۰ عبارت است و دو زیرمقیاس سلامت مذهبی و سلامت وجودی را می‌سنجد. نمره‌گذاری این مقیاس در طیف لیکرت شش‌درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۶) انجام می‌شود. بعد از معکوس شدن برخی از عبارات‌ها دامنه نمرات از ۲۰ تا ۱۲۰ بوده و نمرات بالاتر به معنای سلامت معنوی بیشتر است. در مطالعه اصلی پایایی مقیاس را روش بازآزمایی از ۰/۸۸ تا ۰/۹۹ گزارش شده است. ضرایب آلفای کرونباخ نیز از ۰/۸۲ تا ۰/۹۹ به دست آمد. روایی همگرا نیز در ارتباط با مفهوم خود مثبت و معنای زندگی مطلوب گزارش شد. در مطالعه بشارت و همکاران (۲۰۱۸) ضریب آلفای کرونباخ از ۰/۷۹ تا ۰/۸۷ گزارش شده است.

پس از اجرای پیش‌آزمون، شرکت‌کنندگان گروه آزمایش، آموزه‌های دینی مبتنی بر مهدویت را طی ۱۵ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت کردند. جلسات به صورت دو جلسه در هفته برگزار می‌شد. محتوای جلسات آموزشی بر اساس مبانی نظری اسلامی تهیه شده و در مطالعات دیگری مورد استفاده قرار گرفته بود (زاهدیان و بهبودی، ۱۴۰۲). جلسه

اول به معارفه و آشنایی شرکت کنندگان، وظایف مدرس و انتظارات متقابل میان اعضا اختصاص یافت. علاوه بر آن منجی در ادیان ابراهیمی مورد بحث قرار گرفت. در جلسه دوم و سوم به ارائه اطلاعات جهت آشنایی بیشتر با تاریخچه زندگی حضرت مهدی (عج)، ویژگی‌های شخصیتی و معنوی ایشان و آموزه‌های مبتنی بر سبک زندگی ایشان پرداخته شد. در جلسه چهارم به دوران غیبت، فلسفه آن و آموزه‌های غیبت برای منتظران پرداخته شد. جلسات پنجم تا هشتم به ضرورت شناخت و معرفت و پایبندی به منش و کرامات حضرت مهدی (عج) و صفات و ویژگی‌های ایشان اختصاص یافت. در جلسات نهم تا یازدهم به مفهوم و ضرورت انتظار و وظایف و ویژگی‌های منتظران و تبعات انتظار در زندگی شخصی و اجتماعی پرداخته شد. جلسه دوازدهم به سبک زندگی منتظران واقعی و یاران حضرت اختصاص یافت. جلسات سیزدهم و چهاردهم به امید به ظهور و تبعات روان‌شناختی آن برای منتظران پرداخته شد. جلسه پانزدهم به جمع بندی دوره و اجرای پس‌آزمون اختصاص یافت. روایی محتوایی این مداخله، از نظر متخصصان مورد بررسی قرار گرفت و به تأیید رسید. در خلال این بررسی، بنا به نظر متخصصان تلاش شد تا جنبه‌های روان‌شناختی انتظار و امید به ظهور برجسته شده و در خلال جلسات آموزشی ارائه گردد. گردآوری داده‌ها به صورت گروهی انجام شد. پیش از اجرا، در خصوص اهداف طرح توضیحاتی به شرکت کنندگان داده شد و رضایت آنان جهت شرکت در پژوهش و تکمیل پرسش‌نامه‌ها گرفته شد. شرکت در پژوهش کاملاً داوطلبانه بوده و تمامی پرسش‌نامه‌ها بی‌نام بودند. به شرکت کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات آنان محرمانه بوده و تنها در اختیار پژوهشگران است. شرکت کنندگان به واسطه شرکت در پژوهش هزینه‌ای را متحمل نشدند. تلاش شد تا شرایط اجرا به گونه‌ای در نظر گرفته شود تا همه افراد شرایط برابر داشته باشند. در فرایند تجزیه و تحلیل داده‌ها، در سطح توصیفی از فراوانی و درصد، میانگین و انحراف معیار استفاده شد. در سطح استنباطی از تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای بررسی تفاوت‌های بین گروهی استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۵ انجام شد.

یافته‌ها

در گروه آزمایش و کنترل به ترتیب ۵۳/۳ درصد و ۶۰ درصد شرکت کنندگان زن بودند. گروه‌ها از حیث جنسیت همگن بودند ($\chi^2=0/14, P>0/05$). میانگین و انحراف معیار سنی شرکت کنندگان در گروه آزمایش به ترتیب ۲۷/۲۰ و ۵/۴۱ و در گروه کنترل به ترتیب ۲۸/۶۷ و ۶/۴۱ بود. تفاوت معناداری میان گروه‌ها وجود نداشت ($t=-1/66, P>0/05$). شاخص‌های توصیفی ابعاد و نمره کل سلامت معنوی در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی سلامت معنوی برحسب گروه و آزمون

متغیرها	آزمون	آزمایش		کنترل	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
سلامت مذهبی	پیش‌آزمون	۳۴/۶۷	۵/۷۵	۳۴/۸۰	۴/۲۶
	پس‌آزمون	۳۸/۸۷	۵/۵۲	۳۵/۶۰	۴/۲۰
سلامت وجودی	پیش‌آزمون	۳۱/۱۳	۴/۶۸	۳۱/۴۷	۳/۹۲
	پس‌آزمون	۳۵/۰۷	۵/۴۰	۳۲/۲۷	۴/۵۲
سلامت معنوی	پیش‌آزمون	۶۵/۸۰	۱۰/۲۹	۶۶/۲۶	۸/۲۹
	پس‌آزمون	۷۳/۹۳	۱۰/۰۴	۶۷/۱۳	۹/۱۳

جدول ۱ نشان می‌دهد که شرکت کنندگان گروه آزمایش در پس‌آزمون ابعاد و نمره کل سلامت معنوی میانگین بالاتری دارند. بررسی مفروضات تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داد که توزیع متغیرها به تفکیک گروه‌ها نرمال است ($P > 0/05$). آزمون خطای استاندارد لوین نیز نشان دهنده همگنی واریانس‌ها بود ($P > 0/05$). آزمون ام. باکس نیز نشان داد که همگنی ماتریس واریانس و کوواریانس محقق شده است ($P > 0/05$, $F = 6/73$, $M = 21/72$). آزمون کرویت بارتل نیز نشان داد که میان ابعاد سلامت معنوی همبستگی متوسط و معناداری وجود دارد ($P < 0/001$). مفروضه همگنی شیب رگرسیون نیز محقق شد ($P > 0/05$). بررسی رابطه خطی متغیر کمکی و وابسته نیز نشان دهنده معناداری تفاوت‌ها بر حسب پیش‌آزمون بود ($P < 0/001$). با توجه به محقق شدن مفروضات در ادامه از تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد. آزمون لامبدای ویلکز نشان داد که ترکیب خطی متغیرهای وابسته در بین گروه‌ها تفاوت معناداری دارد ($\eta^2 = 0/37$, $P < 0/01$, $F = 7/20$, $Wilks's\ Lambda = 0/64$). نتایج تحلیل تک‌متغیره در جدول ۲ آورده شده است.

جدول ۲. نتایج تحلیل کوواریانس جهت بررسی تفاوت‌های بین‌گروهی در سلامت معنوی

متغیر وابسته	مجموع مجزورات	درجات آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری	مجزورات ای سهمی
سلامت مذهبی	۸۵/۳۱	۱	۸۵/۳۱	۱۴/۹۸	۰/۰۰۱	۰/۳۷
سلامت وجودی	۶۳/۰۸	۱	۶۳/۰۸	۴/۴۶	۰/۰۴۴	۰/۱۵

جدول ۲ نشان داد که در سلامت مذهبی و وجودی تفاوت‌های بین‌گروهی معنادار هستند ($P < 0/05$). اندازه اثر عضویت گروهی در تبیین تفاوت در سلامت مذهبی و وجودی به ترتیب ۳۷ درصد و ۱۵ درصد بود. مقایسه میانگین‌های تعدیل شده نشان داد که شرکت کنندگان گروه آزمایش از سلامت مذهبی و وجودی بالاتری برخوردار بودند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزه‌های دینی بر سلامت معنوی دانشجویان انجام شد. یافته‌ها نشان داد که آموزه‌های دینی مبتنی بر مهدویت بر افزایش سلامت مذهبی و وجودی و نمره کل سلامت معنوی دانشجویان اثربخش است. در پیشینه پژوهشی مورد بررسی مطالعه‌ای که اثربخشی آموزه‌های دینی مبتنی بر مهدویت بر سلامت معنوی را بررسی کرده باشد به دست نیامد. اما نتایج این پژوهش با مطالعاتی که تبعات مثبت آموزه‌های دینی مبتنی بر مهدویت و انتظار را بررسی کرده‌اند، همسویی دارد. به طور مثال در مطالعه سعدی پور و همکاران (۱۳۹۴) اثربخشی آموزش معارف مهدوی بر بهزیستی روان‌شناختی به تأیید رسید. در مطالعه سیدکلان و رضایی شریف (۱۳۹۵) نیز اثربخشی سبک زندگی مبتنی بر مهدویت بر بهزیستی روان‌شناختی و معنوی نشان داده شد. در مطالعات قاسمی و همکاران (۱۴۰۰) و زاهدیان و بهبودی (۱۴۰۲) نیز اثربخش بودن مهدویت بر تبعات مثبت روان‌شناختی به تأیید رسید.

خدایاری فرد و همکاران (۱۳۹۵) بیان داشتند که باور مذهبی به ظهور منجی، جلوه‌ای از خوش بینی است. مهدویت، با رویکرد مثبت به آینده و با هدف عبور موفقیت آمیز از وضعیت موجود و رسیدن به جایگاه مطلوب، با توسعه آئین توحیدی در سایه انتظار و ظهور منجی، زمینه تحقق هویتی دینی را فراهم می‌کند که مبتنی بر مفاهیمی تعالی بخش همانند مثبت‌نگری و امید به آینده و دستیابی همیشگی به عدالت فراگیر جهانی، جهان بدون مرز، جامعه بدون تبعیض، رسیدن به امنیت، آزادی، رفاه، دیانت، فضیلت و توحید است. این هویت بر ارتقای کیفیت

زندگی تأثیر مثبت دارد. به نظر می‌رسد مهدویت، با توسعه نگرش توحیدی، به پرسش‌های بنیادین زندگی پاسخ روشن و منطقی داده، به آن معنی می‌دهد و با ایجاد پذیرش و مقبولیت اجتماعی، رسیدن به وحدت اجتماعی را در سایه وحدت اعتقادی برای انسان امکان‌پذیر می‌کند.

به نظر می‌رسد که دستیابی به سلامت معنوی مستلزم بهره‌مندی از یک نظام ارزشی منسجم است. یکی از عالی‌ترین مفاهیمی که می‌تواند جامعه را به سوی تعالی و تکامل ببرد و به آن اصالت ببخشد، مکتب انتظار است. انتظار مفهومی سازنده در جهت ارزش دادن به رفتار انسان پیرو و ارج نهادن به حرکت‌های جامعه تشیع و راه رسیدن به حکومت عدالت و ایمان اسلامی است. ماهیت انسان با انتظار و امید به آینده عجین شده است. توجه، عهد، انس، توسل و آماده‌بودن از منتظر جدا نخواهد شد و در نهایت سبب افزایش کیفیت زندگی و سلامت معنوی می‌شود. انتظار ارتباط فرد با مبدأ هستی و خداوند را افزایش داده و زمینه‌ساز بعد مذهبی سلامت معنوی است. از سوی دیگر، تعالیم و آموزه‌های دینی مبتنی بر مهدویت با در نظر گرفتن دیگران و روابط میان منتظران، زمینه ارتقای بعد وجودی سلامت را نیز فراهم می‌آورند. یافته‌های این پژوهش موید اثربخشی این آموزه‌ها بود.

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی مواجه بود. نخست آنکه جامعه مورد مطالعه محدود به دانشجویان دانشگاه آزاد واحد رودهن بوده و در تعمیم نتایج به سایر دانشجویان یا گروه‌های اجتماعی دیگر می‌بایست با احتیاط صورت گیرد. علاوه بر آن تنها از پرسش‌نامه برای سنجش متغیر وابسته استفاده شد. گرچه مقیاس بهزیستی معنوی در مطالعات زیادی مورد استفاده قرار گرفته است، اما شاید از نظر محتوایی با آنچه در پژوهش مدنظر بوده است، همخوانی نداشته باشد. در نهایت اینکه به واسطه دشواری‌های موجود در مسیر اجرای پژوهش و دسترسی به دانشجویان، امکان کنترل اثر متغیرهای اقتصادی و اجتماعی وجود نداشت. به واسطه این محدودیت‌ها به پژوهشگران آتی پیشنهاد می‌شود تا به اجرای این مداخله در جامعه آماری بزرگ‌تر بپردازند و از مطالعات کیفی یا آمیخته برای بررسی دقیق‌تر اثرات آموزه‌های دینی مبتنی بر مهدویت بر سلامت معنوی استفاده کنند.

ملاحظات اخلاقی

رضایت شرکت‌کنندگان جهت شرکت در جلسات آموزشی و تکمیل پرسش‌نامه‌ها اخذ شد. تمامی پرسش‌نامه‌ها بی‌نام بودند و افراد برای ترک جلسات کاملاً آزاد بودند. به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات آنان در اختیار پژوهشگران خواهد بود.

حمایت مالی و سپاسگزاری

این مقاله مستخرج از پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده نویسنده اول در دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن است. نویسندگان بدین وسیله از تمامی دانشجویانی که در پژوهش شرکت داشتند، تقدیر و تشکر می‌نمایند.

تعارض منافع

در این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

منابع

- بابایی، زهرا، لطیفی، زهره، و اسماعیلی، مریم. (۱۳۹۴). اثربخشی معنویت درمانی بر کیفیت زندگی و سلامت روان زنان مبتلا به دیابت. *روان‌شناسی و دین*، ۸(۲)، ۳۷-۵۰. URL: <https://ravanshenasi.nashriyat.ir/node/306>
- خدایاری فرد، محمد، خرمی مارکانی، عبدالله، غباری بناب، باقر، سهرابی، فرامرز، زمان پور، عنایت اله، ... و تنکمانی، نرگس. (۱۳۹۵). طراحی و تعیین روایی محتوایی و صوری مقیاس هوش معنوی در دانشجویان ایرانی. *پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی*، ۷(۴)، ۳۹-۴۹. URL: <https://doi.org/10.22059/japr.2017.61079>
- زاهدیان، ملیحه، و بهبودی، معصومه. (۱۴۰۲). اثربخشی آموزش مهدویت بر بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن. *پویایی روان‌شناختی در اختلال‌های خلقی*، ۲(۴)، ۶۳-۷۰. URL: <https://doi.org/10.22034/pdmd.2024.442935.1047>
- سعدی پور، اسماعیل، دلاور، علی، چیناوی، علی، و سلم‌آبادی، مجتبی. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش معارف مهدوی بر بهزیستی روان‌شناختی و جهت‌گیری زندگی. *دین و سلامت*، ۳(۲)، ۱۹-۲۸. URL: <http://jrhz.mazums.ac.ir/article-1-191-fa.html>
- سلیمان پورعمران، محبوبه، قلی‌پور، مریم، و سیاح، مجتبی. (۱۴۰۰). بررسی تأثیر آموزش دوره سبک زندگی منتظرانه بر فرهنگ اعتقاد به مهدویت دانش‌آموزان متوسطه. *پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی*، ۲۹(۵۲)، ۱۰۵-۱۲۸. URL: <https://dori.net/dor/20.1001.1.22516972.1400.29.52.4.8>
- سیدکلان، سید محمد، و رضایی شریف، علی. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش سبک زندگی مبتنی بر مهدویت در بهزیستی روان‌شناختی و معنوی دانش‌آموزان مشرق موعود، ۱۰(۴۰)، ۱۷۵-۱۹۰. URL: https://mashreqmag.sinaweb.net/article_125970.html?lang=fa
- قاسمی، زهرا، سجادیان، ایلناز، ناد، محمدعلی، و ذوالفقاری، شهاب‌الدین. (۱۴۰۰). اثربخشی بسته روان‌شناختی انتظار محور مبتنی بر آموزه‌های مهدویت بر سبک‌های هویتی و اهمال‌کاری دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم. *روان‌شناسی تحلیلی شناختی*، ۱۲(۴۶)، ۱-۱۷. URL: <https://dori.net/dor/20.1001.1.28222476.1400.12.46.1.2>
- کلاتری، مهرداد، روشن چلسی، رسول، و صدر محمدی، رضوان. (۱۳۹۳). بررسی تأثیر انتظار امام مهدی بر سلامت ذهن و کیفیت زندگی دانشجویان مشرق موعود، ۸(۳۰)، ۱۳۵-۱۴۶. URL: https://mashreqmag.sinaweb.net/article_127130.html?lang=fa
- مرحمتی، زهرا، و فریده یوسفی. (۱۳۹۵). رابطه ابعاد سبک زندگی اسلامی با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان. *روان‌شناسی کاربردی*، ۱۰(۴)، ۳۲۹-۳۴۶. URL: <https://dori.net/dor/20.1001.1.20084331.1395.10.4.4.0>
- میرصانع، سید محمد رضا، میرباقری، سید باقر، مرادی، مریم، و موسوی میرکلایی، فاطمه. (۱۴۰۱). حقوق بشر در گفتمان دکتین مهدویت. *مطالعات حقوق بشر اسلامی*، ۱۳(۱)، ۳۳-۵۵. URL: <https://dori.net/dor/20.1001.1.23225637.1401.11.1.2.9>

References

- Abdolkarimi, M., Masoomi, M., Lotfipour, S. S., & Zakeri, M. A. (2022). The relationship between spiritual health and happiness in medical students during the COVID-19 outbreak: A survey in southeastern Iran. *Frontiers in psychology*, 13, 974697. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.974697>
- Babai, Z., Latifi, Z., & Ismaeili, M. (2015). The Effectiveness of Spirituality Therapy Method on the Quality of Life and the Women of Najaf Abad Who Suffer from Diabetes. *Ravanshenasi Va Din*, 8(2), 37-50 (In Persian). URL: <https://www.magiran.com/paper/1456623/>
- Bensley, R. J. (1991). Defining spiritual health: A review of the literature. *Journal of Health Education*, 22(5), 287-290. <https://doi.org/10.1080/10556699.1991.10614636>
- Besharat, M. A., Ramesh, S., & Moghimi, E. (2018). Spiritual health mediates the relationship between ego-strength and adjustment to heart disease. *Health Psychology Open*, 5(1), 1-8. <https://doi.org/10.1177/2055102918782176>
- Chirico, F., Batra, K., Batra, R., Öztekin, G. G., Ferrari, G., Crescenzo, P., & Yildirim, M. (2023). Spiritual well-being and burnout syndrome in healthcare: A systematic review. *Journal of Health and Social Sciences*, 8(1), 13-32. <http://dx.doi.org/10.19204/2023/spr2>
- Coppola, I., Rania, N., Parisi, R., & Lagomarsino, F. (2021). Spiritual well-being and mental health during the COVID-19 pandemic in Italy. *Frontiers in psychiatry*, 12, 626944. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.626944>

- Ghasemi, Z., Sajjadian, Nadi, M. A., & Zofaghari, Sh. (2021). Effectiveness of Waiting-Oriented Psychological Package Based on Mahdaviat Teachings on the Identity Styles and procrastination of Secondary High School Female Students. *Journal of Analytical - Cognitive Psychology*, 12(46), 1-17 (In Persian). URL: <https://dorl.net/dor/20.1001.1.28222476.1400.12.46.1.2>
- Hsiao, Y. C., Chiang, H. Y., Lee, H. C., & Chen, S. H. (2012). The effects of a spiritual learning program on improving spiritual health and clinical practice stress among nursing students. *Journal of nursing research*, 20(4), 281-290. <https://doi.org/10.1097/jnr.0b013e318273642f>
- Jenaabadi, H., & Azarian, A. (2023). The Effectiveness of Emotional Social Learning Training on Students' Academic well-being and Spiritual Health. *Iranian Evolutionary Educational Psychology Journal*, 5(1), 12-27. <https://doi.org/10.52547/ieepj.5.1.12>
- Kalantari, M., Roshan Chelsi, R., & Sadr Mohammadi, R. (2014). The Impact of Waiting for the Imam Mahdi on Students' Mental Health and Quality of Life. *The Promised East*, 8(30), 135-146 (In Persian). URL: https://mashreqmag.sinaweb.net/article_127130.html?lang=en
- Khodayarifard, M., Khorami Markani, A., Ghobari Bonab, B., Sohrabi, F., Zamanpour, E., Raghebian, R., ... & Tankemani, N. (2017). Development and determination of content and face validity of spiritual intelligence scale in Iranian students. *Journal of Applied Psychological Research*, 7(4), 39-49 (In Persian). <https://doi.org/10.22059/japr.2017.61079>
- Kristeller, J. L., & Johnson, T. (2005). Science looks at spirituality. *Zygon*, 40(2), 391-407. URL: <https://philpapers.org/rec/KRISLA>
- Marhemati, Z., & Yousefi, F. (2017). Relationship between dimensions of Islamic life style and psychological well-being. *Applied Psychology*, 10 (4), 329-346 (In Persian). URL: <https://dorl.net/dor/20.1001.1.20084331.1395.10.4.4.0>
- Mir Saneh, S. M. R., Mirabbasi, S. B., Moradi, M., & mousavi mirkalaei, T. (2022). Human rights in the discourse of the doctrine of Mahdism. *Journal of Eslamic Human Rights*, 13(1), 33-55 (In Persian). URL: <https://dorl.net/dor/20.1001.1.23225637.1401.11.1.2.9>
- Paloutzian, R.F. and Ellison, C.W. (1982). Loneliness, spiritual well-being and the quality of life. In L.A. Peplau and D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. N.Y.: Wiley, pp. 224-237. URL: <https://www.westmont.edu/psychology/raymond-paloutzian-spiritual-wellbeing-scale>
- Saadipour, E., Delavar, A., Chinavi, A., & Salmabadi, M. (2016). Effectiveness of Mahdavi Teachings in Psychological Well-being and Life. *Journal of Religion and Health*, 3(2), 19-28 (In Persian). URL: <http://jrh.mazums.ac.ir/article-1-191-en.html>
- Seyyed Kalan, S. M., & Rezaei Sharif, A. R. (2016). Effectiveness of lifestyle training based on Mahdism on spiritual and psychological well-being in students. *The Promised East*, 10(40), 175-190 (In Persian). URL: https://mashreqmag.sinaweb.net/article_125970.html?lang=en
- Solaimanizadeh, F., Mohammadinia, N., & Solaimanizadeh, L. (2020). The relationship between spiritual health and religious coping with death anxiety in the elderly. *Journal of religion and health*, 59(4), 1925-1932. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00906-7>
- Soleymanpour Omeran, M., Gholipour, M., & Sayyah, M. (2021). The Effect of Education on the Culture and Lifestyle Expectantly Beliefs of the Mahdism Students. *Research in Islamic Education Issues*, 29(52), 105-128 (In Persian). URL: <https://dorl.net/dor/20.1001.1.22516972.1400.29.52.4.8>
- Zahedian, M., & Behboodi, M. (2024). The Effectiveness of Mahdavi Education on Psychological Well-being in Students Islamic Azad University, Rodhen Branch. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders (PDMD)*, 2(4), 63-70. <https://doi.org/10.22034/pdmd.2024.442935.1047>